

Cómo mantener los medicamentos y otras sustancias fuera del alcance de los niños

Usted toma decisiones todos los días para mantener a sus hijos seguros. Les da de comer alimentos saludables, los baña, los viste y los cuida. Decide dónde juegan, dónde descansan y cómo pasan el tiempo. Busca y elimina los riesgos para la seguridad. Sabe que a su hijo le encanta explorar.

Los niños pequeños aprenden acerca del mundo a través de los sentidos. Tocan las cosas, se las llevan a la boca y siempre tienen curiosidad. Un niño curioso intentará meterse en los botiquines, bolsos, cajones o armarios. Tenga eso en cuenta cuando organice los lugares seguros para que su hijo juegue, duerma y pase tiempo con su familia.

A continuación encontrará algunas maneras de hacer de su hogar un lugar seguro para su hijo:

- Guarde los objetos o productos peligrosos fuera del alcance de su hijo. Esto incluye suministros de limpieza, medicamentos y otras sustancias (incluido el alcohol).
- Guarde todos los medicamentos y sustancias en su envase original.
- Cierre con llave los cajones o armarios donde guarda los medicamentos u otras sustancias. Muchos medicamentos, vitaminas, suplementos y gomitas parecen caramelos para un niño.
- Si guarda los medicamentos y otras sustancias en un monedero o bolso, guárdelo fuera del alcance de los niños. Pida a toda persona que visite su hogar que también mantenga su bolso fuera del alcance de los niños.
- No permita que se fume en su hogar ni en su automóvil.
- Cree un lugar seguro para que duerma su bebé. Acuéstelo a dormir en una cuna, moisés o parque de juegos portátil con un colchón firme y una sábana bien ajustada. Deje las cobijas, las almohadas y los juguetes fuera de la cuna.
- Evite quedarse dormido con el bebé en un sofá o una silla o en la cama. Tenga cuidado si utiliza medicamentos o sustancias que pueden hacerlo tener más sueño de lo normal.
- Tenga cuidado con la forma en que lo afectan los medicamentos y las sustancias como el alcohol o la marihuana. Evite consumir estas sustancias cuando cuida a su hijo.
- Asegúrese de que todas las personas que cuidan a su hijo sepan que no deben consumir sustancias cuando están con su hijo. Está bien decir algo como: "No bebas ni consumas otras sustancias cuando estés cuidando a mi hijo".
- No conduzca si consumió alguna sustancia. Pídale que conduzca a alguien que no haya consumido sustancias.

Al hacer todo esto, puede reducir los riesgos para su hijo y mantenerlo seguro y saludable.

Actúe rápido

Comuníquese con el centro de control de intoxicaciones si cree que un niño ha ingerido algo que podría ser perjudicial para su salud.

Llame: 800-222-1222
(llamadas gratuitas)

Los representantes del centro de control de intoxicaciones hablan muchos idiomas. Pueden decirle qué hacer. Estos servicios están disponibles en todo momento. Llame al **911** si el niño se desmayó o no respira.

A continuación verá algunos consejos que lo pueden ayudar a ofrecerle los mejores cuidados a su hijo:

- Sepa qué esperar a medida que su hijo crece. Cuando está preparado para que su hijo aprenda nuevas habilidades, puede ayudarlo a mantenerse a salvo.
- Cuídese a usted mismo y, si siente mucho estrés, pida ayuda. Si tiene una crisis, puede llamar o enviar un mensaje de texto al 988 para hablar con alguien que puede ayudarlo.
- Establezca y fomente relaciones con las personas que lo respetan, apoyan y aprecian.
- Obtenga más información acerca de cómo el consumo de sustancias puede afectar la capacidad de una persona de mantener a salvo a los niños. ¿Sabía que el alcohol y otras sustancias pueden ralentizar su tiempo de reacción? Un adulto que no ha consumido sustancias puede reaccionar más rápido ante un niño que necesita ayuda.

